

巻 頭 言

今回は、私がテーマの一つにしてきたボディーイメージについて、思いつくことを語ることで巻頭言に変えさせていただきたい。

「ボディーイメージ」に関連する用語には、「ボディーマップ」「ボディースキーマ（身体図式）」がある。コンセンサスの得られた定義はないが、以下の定義が妥当だろうと私自身は考えている。まず「ボディースキーマ」は生理的構成概念である。様々な身体感覚（五感、平衡感覚、内部感覚など）からの相互作用から作り上げられる。身体の周囲の空間まで拡大しているとも言われている。それゆえ、スムーズに道具が使えたり、飛んできたボールをつかんだりすることができる。

この「ボディースキーマ」は、常にあらゆる体感からの最新情報を入手している。そして、より大きな世界にすっぽり包まれた身体に住みついている自分という感覚は、このボディースキーマという心的構成概念に由来し、頭頂葉で統合されているとも言われている。しかも、健康な状態では、このボディースキーマ自体は意識されることはない。ただし、腕を亡くした時などには幻影肢のように意識される。

一方「ボディーイメージ」は、自分の身体像を意識的に認識したものと言える。つまり、自分自身のとらえ方、他者に映っているであろう容姿など、自分が自分の身体に対して起こす思考・情動反応の全てが含まれる。ボディーイメージの研究者として有名なキャッシュ（Cash, T.）は「ボディーイメージとは、身体化された自分自身に関する個人的な体験であり、ただ単に、自分がどのように見られているかという心のイメージではなく、自身の身体的な相貌（physical appearance）に関係する知覚、信念、思考、感情、行為を含む身体との個人的な関係性である」と定義している。そして、文化的影響、対人関係の影響、身体の特徴、個人の様々な属性、身体との内面的な会話、ボディーイメージに関与する情動、これらに対する本人の反応、様々な現実的な出来事などなどの多様な要因からボディーイメージは形成されるとしている。そして、それぞれの分野からの膨大な研究があり、それらをまとめた本を彼は編集している。この本はボディーイメージの最新の研究について、ほぼ網羅しているが、悪く言うと、あまりに概念が多岐に亘るため、かえって混乱状態にあるとも言えよう。

とにかく、「ボディースキーマ」は生理的神経学的な身体図式に相当し、「ボディーイメージ」は、様々な体験から形成される自身の身体への主観的なまとまったイメージと言えよう。そして、ボディースキーマとボディーイメージで異なるのは、ボディーイメージには情動や評価が強く伴っていることである。

そして、「ボディースキーマ」「ボディーイメージ」の両者を合わせて「ボディーマップ」という場合もある。

この定義によれば、摂食障害も身体醜形障害も「ボディーイメージ」の病い、あるいは、「ボディーイメージ」の歪みとも考えられる。また、考えようによっては、「ボディースキーマ」が信頼できなくなり、「ボディースキーマ」と「ボディーイメージ」とに体験的な乖離が起きているとも考えられる。

このボディーイメージは成長とともに変化していくが、思春期ごろに自己像などとともに一貫したイメージとして固まると言われている。この固まったボディーイメージに歪みがあることや、不安や嫌悪感、否定的な信念が伴っていることが摂食障害と身体醜形障害の苦しみにつながることは確かである。

ここで一点のみ私の考えを述べたい。これまで摂食障害や身体醜形障害に関する多くのボディーイメージへの言及は、ボディーイメージの歪みとか、ボディーイメージに付随する認知や情動がネガティブに傾いていることが指摘されてきた。しかし、私自身は、あまりに理想化されたボディーイメージも問題に絡んでいると考えている。この理想化されたボディーイメージも、思春期に結晶化すると考えている。そし

て、この理想化されたボディーイメージと本人がリアルな身体と認知するイメージ（狭義の「ボディーイメージ」といえようか）とが乖離することが悩みの中心にあると考えている。逆に言えば、理想化するボディーイメージから自分の身体を見るために、そのボディーイメージが極めて嫌悪感や醜さを引き起こすことになり、結果、主観的に歪められることになると考えている。ここまでは摂食障害も身体醜形障害も同じメカニズムである。いかにも思春期的な悩みの構造とも言えよう。

この理想化されたボディーイメージが、幼児期のボディーイメージをベースにして形成されることも共通している。摂食障害においては、一時期、成熟拒否が要因になっていると言われたほど、ノンセクシュアルで、少女的な体型を求めることが知られていた。身体醜形障害においては、第二性徴による変化の部位（ひげが濃すぎる、えらが張りすぎているなど）を醜いと訴えるケースも少なくなく、幼児期にかわいいと言われたイメージとのズレに苦しむという傾向がある。幼児的万能感の伴うボディーイメージが思春期の変容とともに、傷があることに気づくと苦しみ始める。

しかし、両者には決定的に異なる側面がある。摂食障害においては、曖昧な自己感覚や自己同一性を補うために、一般的な美の基準とされる痩身が理想とされる。それは、外界が納得する価値に寄り添う傾向とも言えよう。一方、身体醜形障害においては、しばしば、個人的な物語がみられる。それは、母親に似た目が嫌というようなケースである。また、まったく凸凹の無いスルスルの皮膚など審美感の特徴ともいえる完璧なものを求める傾向がある。全体に優れた容姿でありながら、一点、やや優れていない部位を極端に悩むケースも少なくない。どうも、身体醜形障害に置いては、美的に抽象化・完成化されたイメージが理想像となるようだ。

そして、このような理想像を求める動機も異なるように感じている。摂食障害においては、あいまいな自己感覚や自己同一性を支えるものとしての理想像である。同時に、希薄な自己像に相反する実体感のある重い身体への違和感が、ひたすら、非存在としての痩身を求めるのではないかと考えている。要するに体重ゼロが理想なのではないかと思われる。

一方、身体醜形障害においては、養育状況を見ると、親の不安や自己愛の傷つきという暗い情緒世界に巻き込まれ、自己自身も不安や傷つきに満ちた暗い闇を抱えていることが多い。唯一、手ごたえのあった容姿の美しさのみが自分を救うものと考え、ひたすら、完璧な救い手としての容姿を求めることになる。そして、現実には失墜する。精神療法過程では、「負けることの絶望感」「何かわからないが、リアルな容姿からは暗い不気味なものを感じる」という言葉を良く聞く。

彼らは負けることのない完全な容姿、あるいは不気味な暗闇を感じる世界に万能の光を投げかける容姿を求め続けているとも考えられる。

いろいろ語ってきたが、ボディーイメージは相変わらず曖昧である。私自身は、ボディーイメージに悩む病理からいろいろ考えてきた。臨床研究としては、どうしても、彼らの養育環境、家族関係、学童期の体験、そして、治療過程の様々な現象から考えることになる。私なりに探求してみたが、相変わらず、雲の中をさ迷い歩いている手ごたえの無さを感じている。いずれ、若い次の世代の臨床家である皆さんが、新たなアプローチから、解明してくれることを期待している。